

Die Originalfassung ist in *Organisationsberatung Supervision Coaching als Diskursbeitrag* auf [www.springerlink.com](http://www.springerlink.com) bereitgestellt. DOI: 10.1007/s11613-017-0486-4 First Online: 26. Januar 2017

**Heike Hanold-Lynch**

## **Glaubwürdigkeit – Das Wesentliche wirken lassen, bis es wirkt**

*Ein Transferangebot aus dem Schauspiel-Coaching*

**Zusammenfassung** Darstellerische Glaubwürdigkeit ist menschliche Glaubwürdigkeit. Diese hat mehr mit Sein als Schein zu tun, ist kein So-tun-als-ob. Glaubwürdige Persönlichkeiten wirken wie glaubwürdige Schauspieler durch sich selbst und aus sich selbst heraus, in lebendigem Kontakt mit dem Gegenüber. Die Voraussetzung dafür ist Vertrauen in die eigene Identität durch Verwurzelung in authentischer Erfahrung, denn jede Performance entwickelt sich aus dem individuellen Sein, unabhängig von Inhalt, Form und Methodik. Das Resümee meines zwölfjährigen Coachingalltags im Spannungsfeld wirtschaftlicher Effizienz und künstlerischer Überzeugungskraft beschreibt meinen Coachingansatz, der Glaubwürdigkeit und Wesentlichkeit in den Mittelpunkt stellt. Mein hier erstmals vorgestelltes Glaubwürdigkeitsmodell und dessen Methoden existentieller Wesentlichkeit bestehen auch den Transfer zu anderen Zielgruppen.

**Schlüsselwörter** Selbstvertrauen Schauspielkunst Film- und Fernsehproduktionen

## **Credibility – Creating Credibility Through the Essential**

*A transfer of experience from acting coaching*

**Abstract** Credibility as an actor means credibility as a person. It has much more to do with reality than appearance, and isn't just about pretending. Credible personalities convince as credible actors do: They draw from within and create a living connection with others. The most important prerequisite is trusting in your own identity by being rooted in authentic experiences, because every performance develops from inside a person regardless of content, form or methodology. This summary of twelve years of everyday coaching, which took place in the tense relationship between economic efficiency and the artistic power of persuasion describes my personal coaching approach where credibility and materiality are at the center. Furthermore, my credibility model proved to be valuable in transfer to other audiences.

**Keywords** Selfconfidence Acting Film and television productions

## 1 Einführung:

Im März 1999 bot mir ein Produzent an, als organisationsinterner Schauspielcoach das frisch besetzte junge Hauptdarsteller-Ensemble einer etablierten ARD-Vorabendserie auf ihre Rollen vorzubereiten und während der Dreharbeiten in Absprache mit den Regisseuren beim Spielen zu unterstützen. Ohne eine Vorstellung davon, worauf ich mich dabei genau einließ, sagte ich zu.

Wenige Jahre zuvor war ich nach fast zehn Jahren in New York in meine Heimatstadt Berlin zurückgekehrt, aus deren West-Berliner Enge ich mit 21 Jahren geflohen war. Faszination mit der menschlichen Natur war der Motor meines intensiven Schauspielstudiums, Sehnsucht nach Lebendigkeit der Grund für mein Exil. Heimweh brachte mich zurück. „Dort arbeiten, wo die Arbeit stattfindet; bezahlt werden von denen, die das Geld haben“, war die perfekte Ergänzung zu den amerikanischen Lehrjahren. Ich war nun mitverantwortlich für den reibungslosen Arbeitsablauf während der Dreharbeiten, die Gewährleistung darstellerischer Qualität sowie eine dramaturgisch korrekte Umsetzung des Scripts.

Als Schauspielcoach diente ich zwölf Jahre bei über 30 namhaften deutschen Film- und Fernsehproduktionen in wechselnder Festanstellung. Meine Klientel umfasste Kinder, Jugendliche und Erwachsene; ausgebildete Schauspieler, Laien, Stars und junge Talente, in Haupt-, Neben- und Tagesrollen, quer durch alle Genres und Formate. Loyal und mit Freude gab ich Anderen mein Bestes – bis die Schauspielerin in mir selbst wiedererwachte und ich national und international zu drehen begann. Parallel dazu entwickelte ich meinen methodischen Ansatz weiter und professionalisierte mich zusätzlich bei der artop GmbH – Institut an der Humboldt-Universität zu Berlin mit einer systemischen Coachingausbildung.

„Sein“ statt „Spielen“ unter dramatisch verdichteten Umständen, das ist professionelles Filmschauspiel. In diesem Essay beschreibe ich strukturelle Vorgaben und Phänomene der Film- und Fernsehbranche, verorte die Position von Schauspielern darin und gebe einen Einblick in Rollenvorbereitung und Coachingalltag am Set. Mit Hunderten von Schauspielern waren im Zusammenspiel unterschiedlichster Faktoren Glaubwürdigkeit, Wesentlichkeit und Großzügigkeit zentrale Begriffe meines täglichen Coachings.

Was unterscheidet gutes von passablem Schauspiel? Präzisen Vorgaben entsprechend punktgenau zu gestalten reicht nicht, um das gewisse Etwas hervorzubringen. Um Glaubwürdigkeit zu erzielen, muss essentielle Menschlichkeit aktiviert, nicht zitiert werden. Dies erfordert die zielgerichtete Bereitschaft, sich einzulassen, sich berühren und erweitern zu lassen, hervorzutreten, verwundbar zu sein; es bedeutet, auf Pseudoexpertise zu verzichten. Das wiederum setzt ein gewisses Maß an innerer Sicherheit und Freiheit voraus, jenseits von Posen, Effekten und PR-Kampagnen.

Welche Relevanz kann Wesentlichkeit auch für andere Zielgruppen, zum Beispiel für Führungskräfte, haben? Ich wage einen Ausblick: Wesentlichkeit als Chance, Methode und Weg zu lebendiger innerer Sicherheit und natürlichem Selbstbewusstsein in authentischem Kontakt mit sich selbst und Anderen. Dieser Bericht mündet in das von mir entwickelte Glaubwürdigkeitsmodell, das meine Erfahrungen in einen systemischen Kontext bringt.

## 2 Strukturelle Vorgaben der Filmbranche und die Situation von Schauspielern

Die Filmbranche produziert immaterielle Wirtschaftsgüter, deren finanzieller und künstlerischer Erfolg hohe Investitionen, weitreichende Entscheidungen und viele schwer kalkulierbare Risiken beinhaltet. Die Realisierung eines Stoffes ist verbunden mit großem Einsatz aller Beteiligten, komplexen Allianzen und schwer vorhersehbaren Begleitumständen. Jedes Projekt hat seine speziellen Dynamiken und ist radikal resultatorientiert. Jede Entscheidung, jeder Drehtag ist mit hohen Kosten verbunden.

Regisseur und die Hauptdarsteller prägen die Stimmung am Set, die auch von Produkt und Produktion abhängt. Inszenierungsweise und Entscheidungskultur des Regisseurs sowie dessen Beziehung und Zugewandtheit zu Schauspielern und Team variieren stark. Für Schauspieler birgt jede Rolle das Potential, den eigenen Marktwert zu steigern – in einem Beruf, in dem es keine Garantie auf den nächsten Job oder perspektivische Sicherheit gibt. Die Gagen stagnieren, die staatliche Sozial- und Altersvorsorge ist mangelhaft, die Schere zwischen gut und schlecht verdienenden Schauspielern groß, Frauen verdienen weniger als Männer.

Film- und Fernsehschauspieler kommen vorbereitet und drehbereit ans Set. Meist sind sie in der Lage, ihr Zusammenspiel mit Kollegen unterschiedlichster Mentalität, den Inszenierungsanweisungen der Regie und den Gegebenheiten vor Ort flexibel und kameragerecht anzupassen. Eine gründliche Dreh- und Rollenvorbereitung ist unerlässlich; niemand möchte durch mangelnde Vorbereitung kostbare Drehzeit in Anspruch nehmen. Eine den Schauspielern zugewandte Aufmerksamkeit des Regisseurs wird hochgeschätzt.

Reputation spielt in der Filmbranche eine herausragende Rolle, man spricht viel und gern über Kollegen. Schauspielerische Erfolgserlebnisse, interessante Begegnungen, aber auch Mangel an zeitnaher Bestätigung, bei hohem persönlichem Einsatz und individuelle Unsicherheiten, liegen nah beieinander. Das Bedürfnis nach Aufmerksamkeit, Gemeinsamkeit und Anerkennung prägt viele Persönlichkeiten; es tut gut, wenn man sich versteht und bei Team und Kollegen in guter Erinnerung bleibt.

Ob Kino, Fernsehen, Film oder Serie, ob Haupt- oder Nebenrolle – den Zuschauer kümmert es nicht, ob und wo ein Schauspieler sein Handwerk gelernt hat, welchen Anspruch er an sich stellt, wie er sich vorbereitet. Für den Zuschauer zählen – im Kontext von Sehgewohnheiten und persönlichem Geschmack – Sympathie, Glaubwürdigkeit, Bekanntheitsgrad und natürlich auch die äußere Erscheinung. Jeder dieser Aspekte kann in der Gunst für oder gegen den Darsteller sprechen und hat damit Einfluss auf Besetzungsentscheidungen, den Gesamterfolg der Produktion – und auf die Schauspielerpersönlichkeit selbst, die immer aufs Neue existentiell davon abhängig ist, besetzt und damit gewollt zu werden.

## 3 Schauspielkunst

Konstantin S. Stanislavski begründete im Geiste des Naturalismus Ende des 19. Jahrhunderts mit dem Moskauer Künstlertheater die moderne Schauspielkunst (Stanislavski 1952). Er erkannte die Wechselwirkung zwischen innerem Erleben und körperlichem Ausdruck und sah die Aufgabe des Schauspielers darin, die Rolle mit dem Spektrum des eigenen Seins zu beseelen. Er experimentierte und wirkte 30 Jahre lang als Theaterleiter, Regisseur, Schauspieler und Pädagoge. Nach einem Gastspiel des Moskauer Künstlertheaters 1923 in New York blieben Richard Boleslawski und Maria Ouspenskaya dort und gründeten das Laboratory Theatre. Schule und Theatercompany zugleich, zog es auch Stella Adler, Lee Strasberg und Harold Clurman an.

Beflügelt vom wachsenden Interesse an seinen Vorträgen über diese das natürliche Empfinden des Schauspielers einbeziehende Arbeit, gründete Harold Clurman mit Lee Strasberg das Group Theatre, das Sanford Meisner, Stella Adler und Robert Lewis zu seinen Mitgliedern zählte. Mit Leidenschaft entwickelte sich die Gruppe in gesellschaftskritischen Stücken entlang naturalistischer Prinzipien methodisch weiter (Clurman 1985). Unter Berufung auf Stanislavski etablierten ehemalige Group-Theatre-Mitglieder eigene methodische Ansätze, die bis heute unumstrittenes Fundament von Schauspielkunst und -handwerk sind.

Strasberg, Leiter des legendären „Actors-Studio“, gilt offiziell als Begründer des Method-Acting (Garfield 1984): Auf Grundlage sensorischer Sensibilisierung lernt der Schauspieler, persönliche Erlebnisse und das emotionale Gedächtnis gezielt für das eigene Spiel einzusetzen (Easty 1981). Adler studierte kurzzeitig mit Stanislavski. Für sie standen Wahrhaftigkeit, Vorstellungskraft und Handlungen im Fokus (Adler 2010). „Acting is Doing“: Meisner entwickelte seine Meisner-Technique im Neighborhood Playhouse ziel- und handlungsorientiert für darstellerische Unmittelbarkeit (Meisner 1987). Lewis, der die Yale School of Drama leitete und dort lehrte, etablierte Klarheit und Anwendbarkeit im Method-Acting (Lewis 1958). Er studierte noch mit Michael Chechov, der 1928 das Moskauer Künstlertheater verlassen hatte und einen über das Individuum hinaus gehenden, körperlich gestaltenden Ansatz vertrat (Petit 2014).

Stanislavskis Ideale sind die Quelle moderner Schauspielkunst. Zeitlos und unabhängig von Ruhm oder Glamour bilden sie auch das Handwerk und – ergänzt durch Stimmbildung, Artikulation, Körpertraining und weitere Studieninhalte – das Fundament einer professionellen Schauspielausbildung. Schauspielerische Qualität bedeutet weder Dialoge und Regieanweisungen möglichst vorlagengetreu auszuagieren noch gutes Auswendiglernen oder auf Kommando weinen zu können. Schauspielerische Qualität bedeutet, die eigene Persönlichkeit als künstlerisches und handwerkliches Instrument einzusetzen, um eine fiktive Figur im Sinne der Vorlage und der Regie glaubwürdig zum Leben zu erwecken.

Schauspiel ist menschliches Verhalten in dramatisch verdichteter Realität. Wir wohnen nicht dem Alltag bei, sondern dem besonderen, dramatisch verdichteten Alltag. Ein Tag wie jeder andere ist nicht ein Tag wie jeder andere, sondern ein Tag wie jeder andere, an dem etwas Besonderes passiert. Demzufolge geht es beim Erarbeiten der Szenenrealität nicht um dokumentarisches, sondern um dramatisch verdichtetes, um existentielles Sein, z. B.: Das erste Mal. Das schönste Mal. Das letzte Mal. Dieses Prinzip des gleichzeitig Alltäglichen und Besonderen muss von Anfängern verstanden werden.

Kameratechnik, Handwerk, Umgang mit Sprache sind selbstverständlich äußerst wichtig, aber sie sind nicht entscheidend: Der Funke springt über, wir interessieren uns, eine Erweiterung des Erlebens findet statt. Überzeugende Schauspieler berühren, weil Glaubwürdigkeit berührt – das gilt im realen Leben und für Glaubwürdigkeit, die auf fiktiven Umständen beruht. Der Zuschauer entscheidet sich nicht zu glauben, er glaubt. *Glaubwürdigkeit* ist Kunst und nicht Kitsch, sie ist jederzeit möglich, tritt ein – oder nicht, wird wertgeschätzt – oder nicht. Glaubwürdigkeit ist ein kostbares Gut.

#### **4 Drehvorbereitung und Coaching am Filmset**

Von Seiten der Produktion liegen die Gründe für das Heranziehen eines Schauspiel-Coachs auf der Hand: Zeit- und Geldersparnis, Vorlagentreue, darstellerische Qualitätsverbesserung und dramaturgische Kontinuität, Konfliktprävention, zusätzliche Sicherheit durch einen Ansprechpartner am Set. Im Namen aller Beteiligten und des in Auftrag gegebenen Produktes muss reibungsloses Funktionieren von Kindern, Jugendlichen und unausgebildeten Darstellern in Hauptrollen oder emotional schwierigen Szenen

gewährleistet sein. Dies beinhaltet auch die Vermittlung einer professionellen Arbeitshaltung unter Zeitdruck und wechselnden, schwer voraussehbaren Bedingungen im Fokus vermehrter Aufmerksamkeit.

Was genau braucht diese individuelle Schauspieler-Persönlichkeit, dieses Ensemble, im spezifischen Kontext der vor uns liegenden Produktion von mir – inhaltlich, formal, konkret und im Moment – um in darstellerische Bestform zu kommen, vielleicht sogar darüber hinaus zu wachsen? Der Coachingprozess ist ergebnisorientiert und methodisch breit gefächert. Als organisationsinterner Auftrag im Arbeitsalltag deutscher Film- und Fernsehproduktionen erfordert er Kollegialität, Flexibilität und Stehvermögen weit über das Coaching hinaus: Umgang mit unterschiedlichsten Vorgaben und Erwartungen von Seiten der Produktion und teamabhängigen Macht- und Kommunikationsdynamiken, bei gleichzeitiger Selbstorganisation als zusätzliches Teammitglied.

In entspannter Atmosphäre initiiere ich den Rahmen der ersten Begegnung und Sorge in aufmerksamer Resonanz mit dem Schauspieler und seinem Potential für Offenheit, Leichtigkeit, Konzentration und Substanz. Ich zeige mich wie ich bin und höre sehr genau zu. So fühlt sich der Coachee eingeladen, dasselbe zu tun. Wir arbeiten in einem weiten Raum, an dessen Tür steht: „Alles ist okay, so wie es ist.“ Durch eine wertfreie „Inventur“ verstehe ich, was ihn in Bezug auf das Projekt tatsächlich beschäftigt. Hier setzen wir mit unvoreingenommenen Fragen an – einfach und direkt.

Die von mir vorab durchgeführte Analyse des Drehbuches bezüglich Genre, Dramaturgie und Funktion der Figur halte ich aus Zeitgründen im Coaching präzise und kurz. Bald wenden wir uns den relevanten Fakten zu, z. B. familiärer, beruflicher, historischer Art. Mit diesen Fakten als Anker und einer unvoreingenommenen Entdeckerhaltung erforschen, recherchieren und erweitern wir den persönlichen Bezug zum Charakter, erkunden dessen Beweggründe und menschlichste Menschlichkeit. Dieser Prozess durchzieht die gesamte Vorbereitung.

Das existentielle Überziel der Figur ist ein zentraler Aspekt der Rollenvorbereitung. Stanislavski hat das Überziel als Rückgrat der Figur bezeichnet. „Das, was die Figur mehr will oder braucht als alles andere auf der Welt.“, ist dieser meistens nicht bewusst. Gleichwertig stehen dem Überziel Hindernisse im Weg welche der Figur reichlich Handlungsdynamik geben. Wir „durchbluten“ beides und finden aktive Absichten für jede Szene.

Beziehungen wie z. B. Familienbande laden zu Klischees ein. Da sie durch den Plot etabliert sind, können sie schlichtweg behauptet werden. In einer Zweier-Szene begegnen sich schon vier Personen: zwei Schauspieler, zwei Figuren. Welche zwischenmenschliche Rolle spielen Gemeinsamkeiten, Unterschiede, Tradition oder Liebe, Sexualität, Aussehen, Bildung, Finanzen? Was zieht an, was stößt ab? Ich unterstütze Schauspieler darin, durch Substitute aus ihrem Leben oder mithilfe ihrer Fantasie und kreativer Techniken fiktiven Beziehungen Substanz zu geben.

Es ist nicht so wichtig, was jemand sagt, sondern was er mit dem Gesagten meint: Sprache, Gedanken, Anlass und Absicht gehören zusammen und stehen in Verbindung zum Gegenüber. Felsenfeste Grundüberzeugungen prägen auch bei der Drehbuchfigur deren Blick auf die Welt. Gedanken, Worte und Sätze entstehen im Moment aus einem sehr spezifischen inneren und äußeren Kontext und unterschiedlichsten gedanklichen Haltungen heraus. Vielleicht haben wir uns in bestimmten Situationen Worte zurechtgelegt, aber meist wissen wir nicht, wie wir etwas sagen werden.

Wir spielen, improvisieren, variieren auf Basis der Vorlage, erforschen Spielszenen und Ereignisketten, deren Übergänge, Hintergründe, Aktionen, Wendungen, Entscheidungen, Rhythmen und Tempi. Handwerkliche und kameratechnische Grundlagen werden vermittelt, wenn sie gebraucht werden. Schlüsselreize und Szenenaktionen sollten genau wie der Dialog irgendwann als roter Faden

verinnerlicht sein, damit mein Coachee in der Figur seinen Impulsen folgend intuitiv handeln kann. Immer wieder kann er sich spielerisch auf den Moment einlassen, als ob dieser das erste Mal geschieht.

Die Rollenfindung ist eine künstlerische Detektivarbeit und setzt eine dramaturgisch intelligente Analyse sowie ein tieferes Verstehen des Stoffes und seiner Figuren voraus. Durch äußerst spezifische Fragen und individuelle Aufgabenstellungen unterstütze ich mein Gegenüber, persönliche Bezüge zu entwickeln, alltägliche und prägende Lebensumstände, Handlungsmuster und Körperlichkeiten zu explorieren sowie Resonanzräume jenseits der Sprache zu öffnen, ohne sich in Beliebigkeit zu verlieren. Der Schauspieler holt sich die Figur in Körper, Geist und Seele unter die Haut, „bis der Groschen fällt“. Notfalls auf das absolut Wesentliche beschränkt, dauert dieser Prozess Minuten.

Schauspielkunst ist die Kunst des Verdichtens. Präsenz berührt durch Offenheit und Verletzlichkeit, durch einen kontrollierten Kontrollverlust. In Blicken, Pausen, kleinen Gesten und der Sprache des Körpers zeigen sich Stimmungen, Gedanken, Wünsche, Ängste, Erwartungen. Von den äußeren Umständen abgesehen: Je sicherer man innerlich ist, sei es durch Instinkt oder Erfahrung, desto mehr emotionale Offenheit und Verletzlichkeit kann gewagt werden. Je unsicherer man innerlich ist, desto mehr behauptete Unverwundbarkeit findet statt.

Die Beziehung zwischen Coach und Schauspieler verändert sich, sobald die Dreharbeiten beginnen. Als Bezugspersonen treten jetzt in der Regel Regisseur und Kollegen in den Vordergrund. Je unerfahrener der Darsteller, je komplexer Rolle und Szenen, desto mehr Unterstützung wird benötigt. Diese kann die innere Haltung beim Spielen, Textsicherheit, Inspiration, Motivation, moralische Unterstützung und emotionale Resultate betreffen und/oder das zusätzliche aufmerksame Auge hinter der Kamera sein.

Zeit ist Geld. Gemeinsam mit dem Regisseur verfolge ich mit Kopfhörern den jeweiligen Take auf dem Monitor. Ob Hollywoodregisseur oder Spielleiter in serieller Produktion: Die Beziehung zur Regie beruht auf Vertrauen welches nur durch qualifizierte Vorarbeit und konkrete Zuarbeit am Set erworben werden kann. Im Gegensatz zu ihr kann ich mich voll auf das Spiel konzentrieren. In Sekunden muss ich entscheiden, ob ein auf den Punkt gebrachter Einwand meinerseits, bezüglich darstellerischer Verbesserungsmöglichkeiten im Sinne der Inszenierung, angemessen und erwünscht ist. Weniger ist dabei mehr.

Klare lösungsorientierte Kommunikation ist das A und O am Set, ohne wie auch immer geartete Rechthaberei. Die Fähigkeit dem Schauspieler im richtigen Moment und in kürzester Zeit eine bestmögliche sofort umsetzbare Intervention anzubieten macht die Qualität des Set-Coachings aus. Korrekturvorschläge müssen den Nerv treffen, in Beziehung zu den Schauspielkollegen stehen, die Spiellust animieren, wiederholbar sein – all dies in Bezug auf Genres, Format, Drehbuch, Rolle und Szenensituation und im Sinne von Sender und Produktion.

## 5 Was Glaubwürdigkeit im Wege steht

Es ist nicht alles Gold, was glänzt. Jeder kann sich Schauspieler nennen; die Berufsbezeichnung ist, wie die des Coachs, nicht geschützt. Glaubwürdigkeit entzieht sich jedoch dem Ausverkauf, ist nicht verhandelbar, ähnlich der Liebe. Urteilen Sie selbst: Schauen Sie sich einen Film an, halten Sie ihn an – ob an einer emotionalen Stelle oder nicht, das ist egal –, betrachten Sie das Standbild: Lassen Sie sich Zeit. Berührt Sie die Situation oder Atmosphäre, zieht etwas Ihre Aufmerksamkeit hinein? Bleiben Sie an der Oberfläche, gehen Sie gelangweilt auf Distanz? Sehen Sie ein verschmiertes Make-up und ein dickes Auto oder spüren Sie das Leid der Frau, die ihren Mann verlässt?

Neben aller Leidenschaft für den Beruf sind Schauspieler existentiell abhängig von Anerkennung. Das geht Hand in Hand mit einer weit verbreiteten Verunsicherung bezüglich der eigenen Identität, besonders bei Absagen und Durststrecken, welche dieser Beruf immer und für jeden mit sich bringt. Die Sehnsucht danach, „genau richtig“ zu sein, birgt die Gefahr der Kraft- und Belanglosigkeit. Präsenzes Spiel braucht immer ein Stückchen Freiheit und Mut. Es setzt Vertrauen in sich und nicht kontrollierbare Umstände voraus, die Bereitschaft, Vorbereitung loszulassen und von der Klippe zu springen, um im ureigenen Ausdruck sichtbar, berührbar und erlebbar zu sein – gibt man sich nicht mit Klischees zufrieden.

Schauspieler treffen oft rein dem Verstand entsprungene Entscheidungen darüber, wie ihre Figur tickt, fühlt und handelt. Auch wenn sie sich gut vorbereitet fühlen, Fragen zur Figur schlüssig und schnell beantworten können, mangelt es dann beim Spielen an Überzeugungskraft; die Antworten transformieren sich nicht in Glaubwürdigkeit, die Darstellung „zündet“ nicht, ist unfrei, vorhersehbar, irgendwie nicht stimmig. Präsenz, darstellerischer Reichtum und körperliche Lebendigkeit entfalten sich jenseits von Ideen und Konzepten immer erst dann, wenn der wesentliche Nerv der Figur, der Szene, der Beziehung getroffen wurde und ins Spiel integriert werden kann.

Sollte, müsste, könnte, hätte ... – Denken schwächt oder blockiert die Aufmerksamkeit und Handlungsbereitschaft. Der Fokus verschiebt sich in den Raum halbherziger Eventualitäten. "Probieren geht über Studieren": die Essenz einer Szene in fühlender und handelnder Resonanz zu erfahren, einfach mal Verschiedenes auszuprobieren, statt darüber zu reden, kostet oft etwas Überwindung. Das Eingeständnis der eigenen Wahrheit hat nichts mit Resignation zu tun, sondern mit dem Mut, greifbar und damit berührbar zu werden. Nicht jeder ist bereit oder fähig, dem eigenen Sein ins Auge zu schauen. Doch dort fängt alles an – hier entspringt darstellerische Kraft.

Der Aspekt mangelnder Motivation äußert sich beispielsweise darin, dass ein Schauspieler keine Verantwortung für seine Figur übernimmt, diese nicht liebt, weil er sich über eine zu kleine Rolle, schlechte Gage oder Textänderungen ärgert. Oder darüber, immer gleich besetzt zu werden, zu wenig Anweisungen vom Regisseur zu bekommen, der vielleicht aus Zeitgründen mit einem ersten Spielangebot kommentarlos zufrieden ist. Weil er Geld braucht, hat der Schauspieler die Rolle angenommen, ohne mit den Rahmenbedingungen einverstanden zu sein. Innerlich ausgebremst ist er nicht genug bei der Sache und schadet sich bezüglich seiner Arbeit selbst.

Schauspielkunst, inspiriert vom Reichtum menschlicher Natur, im Sinne Stanislavskis, ist eine Frage der inneren Haltung. Statusdenken, Selbstgefälligkeit, Kleingeistigkeit, Pseudo-Expertise, Arroganz der Mittelmäßigkeit haben hier keinen Raum: Auf allen Branchenebenen sind künstlerische Grundwerte tendenziell verzerrt, wird oberflächlich argumentiert und geurteilt, zu oft zu leichtfertig nach Namen besetzt. Resignation und Halbherzigkeit liegen in der Luft – im Gegensatz zur amerikanischen Branche, wo der Glaube aufrechterhalten wird, dass Talent und Können sich irgendwann durchsetzen. Dies mag naiv anmuten, doch es nährt und weitet die Seele des Berufes, es gibt ihr Würde und Sinn.

## 6 Glaubwürdigkeit durch Wesentlichkeit

Was wirkt? Was wirkt wirklich? Was wirkt hinter dem Wirklichen? Um die Figur aus uns selbst heraus zu entwickeln, benötigen wir die Bereitschaft, uns auf eine kreative Begegnung mit unbekanntem Facetten unserer Persönlichkeit einzulassen. Dies ist ein Prozess, der an dem orientiert ist, was hinter dem Wirklichen wirkt. Je mehr innere Stärke vorhanden ist, desto mehr Risikobereitschaft kann zugelassen werden, die sich im Mut zum Menschlichen und damit immer auch zum Unperfekten zeigt. Hier wird Gestaltungswille frei, getragen von einer Wahrhaftigkeit, die einen überzeugenden Eindruck vermittelt.



Komplexe Figuren werden so auf ihren wesentlichen Punkt gebracht.

Das Unsagbare zu sagen, gilt für die Poesie, passt aber auch für die Schauspielkunst. Dafür ist nicht irgendeine Schauspieltechnik entscheidend, sondern Talent und die individuelle Fähigkeit und das Feingefühl für die Wahrnehmung des Wesentlichen und Besonderen hinter den Worten, gespeist aus dem eigenen authentischen Sein, das nicht wertet und nicht kommentiert. Innerer Reichtum, Fülle und Komplexität können aus sich selbst heraus wirken. Das Einfache und Wahre ist nicht das Schwierige, es ist das Ungewohnte.

Wir sind, genau wie die Figuren, die wir verkörpern, mehr als Sprache und Verstand. Wir sind mehr, als wir von außen reflektiert bekommen. Unsere rationale Sprache reicht nicht aus, um unsere Empfindungen auszudrücken. Unsere gesamte Welt ist aufgebaut auf dem Verstand, der aber nur einen kleinen Teil unseres Seins ausmacht. Der größte Teil unseres Ichs verbirgt sich in Regionen des Hirns, die in hohem Maße unsere Gefühle und unser Verhalten bestimmen. Begründet in einer klaren inneren Haltung sprechen wir nicht aus, worum es geht, dieses wird im Subtext dennoch sichtbar. Es gibt nichts zu tun, außer dem Wesentlichen nicht im Wege zu stehen.

Eine inspirierte Arbeitsatmosphäre ist jederzeit und überall möglich, weder Coach noch Klient sind abhängig von einem idealen Setting. Durch eine uneingeschränkte Akzeptanz der wechselnden Rahmenbedingungen am Filmset konzentrieren wir uns radikal lösungsorientiert auf das Wesentliche und Gegenwärtige, Mögliche und Tatsächliche. Diesen realen Ist-Zustand als perfekten Ausgangspunkt des Coachings unkompliziert nutzen zu können, schafft Vertrauen, stärkt die Klientenpersönlichkeit, ihre Selbstverantwortung, ihr Talent. Wir können darstellerische Glaubwürdigkeit unter allen Voraussetzungen aktivieren, wenn diese in geordnetem Rahmen vorbereitet wurde.

Glaubwürdigkeit braucht ein Gefühl für die eigene Identität. Selbstverständlich muss der Schauspieler das, was die Figur erlebt, nicht selbst erlebt haben: Er muss die seelische Dimension der Ereignisse aus der Perspektive der Figur glaubhaft übersetzen können. Wie realisiere ich nun das Überziel einer Figur? Je essentieller der persönliche Bezug des Schauspielers ist, desto größer ist auch die Wahrscheinlichkeit, dass er das existentielle Streben der Figur versteht. Diese Relation kann der Fantasie, einer momentanen Verfassung, einer erlebten oder gehörten Geschichte oder auch einer wilden Mixtur aus all diesem entspringen – immer aber ist es die ureigene. Hinzu kommt die Fähigkeit, der richtigen Eingebung zu vertrauen und darauf aufzubauen.

Meine Arbeit mit dem Coachee ist also auch Wesentlichkeitsarbeit in Bezug auf eine effiziente Sensibilisierung für den Reichtum des eigenen Seins. Mit authentischen Erfahrungsdimensionen und Mut zum eigenen Potential verbunden, kann dieser im Auftrag komplexer Vorgaben unendlich übertragen, erweitert und verändert werden, um die dem Anlass präzise angemessene Form zu finden. Einzige Voraussetzung ist eine grundlegende, aufrichtige Bereitschaft dazu. Dies ist der Inhalt meiner Glaubwürdigkeitsarbeit für Schauspieler.

Glaubwürdigkeit existiert jenseits von Sprache.

Glaubwürdigkeit ist bewusstes, unbewusstes und essentielles Verstehen.

Glaubwürdigkeit wirkt durch sich selbst und aus sich selbst heraus.

Glaubwürdigkeit wird im Moment gelebt, wirkt durch den Kontakt mit sich und dem Außen.

Glaubwürdigkeit reduziert sich nicht durch den Zweifel im Auge des Anderen.

Glaubwürdigkeit wurzelt in authentischer Essenz.

Glaubwürdigkeit ist mehr Sein als Schein.



## 7 Das Wesentliche wirken lassen bis es wirkt – ein Angebot

Darstellerische Glaubwürdigkeit hat mehr mit Sein als Schein zu tun, ist kein So-tun-als-ob: ein Transfer zu anderen Zielgruppen, ob Menschen in Veränderungssituationen oder Führungskräfte aus der Wirtschaft, bietet ausgezeichnete und vielfältige Chancen zur praktischen Anwendung, wenn wir uns mit dem beschäftigen, was hinter dem Wirklichen wirkt, dem existentiell tragenden Erkennen und Vertrauen auf das Eigene und gleichzeitig Universelle als Brücke zur Welt. Darin liegt das für Jeden jederzeit zugängliche Potential, zur Stärkung und Fokussierung der ureigenen Identität, im Sinne der Selbstermächtigung: Das Sein findet bereits statt, wir müssen es nicht neu erdenken.

Selbstvertrauen, Selbstverantwortung, Orientierung, Kontakt: die Stärkung der Persönlichkeit hat nicht nur im Schauspielcoaching elementare Bedeutung. Das eigene "Überziel" integriert zu haben, gibt Kraft, Richtung, Leichtigkeit, vielleicht sogar Würde. Eigene Werte, eigenes Handeln aus bereits vollzogenen wesentlichen Entscheidungen, auch rückblickend, zu erkennen, dieses Erkennen wirken lassen können, führt zu: "Ja, das bin ich." Dann folgt: "Ich bin noch mehr", so, wie auf das Einatmen, das Ausatmen folgt. Fakten, Interpretationen und Bewertungen trennen können, persönliche Werte, Verantwortungen und Leistungen zu "durchbluten", stärkt die eigene Identität, fördert die Entwicklung des eigenen Potentials.

Das performative Können ist notwendige Grundlage des Schauspiels, aber selbst noch keine Kunst (Stegemann 2017). Dieses Prinzip ist übertragbar, denn Methodenanwendung im Schauspiel garantiert per se keine Glaubwürdigkeit, genau so wenig wie die Anwendung von Coachingmethoden, die fast Jeder, mit fast Jedem, fast Jederzeit anwenden kann, noch kein professionelles Coaching ausmacht (Bachmann 2015).

Sogar angesichts mangelnder Resonanz von außen der eigenen Lebendigkeit und dem eigenen authentischen Potential vertrauen können: Sich spüren, andere spüren, sich wertschätzen, andere wertschätzen, Form finden, Sprache finden, im Leben stehen, sich weiterentwickeln, das ist der Kern meiner Glaubwürdigkeitsarbeit, für die ich im Verlauf von zwölf Arbeitsjahren einen Methodenkanon der existentiellen Wesentlichkeit entwickelt habe.

Mein hier zum ersten Mal vorgestelltes Glaubwürdigkeitsmodell verortet Glaubwürdigkeit als die Fähigkeit, existentiell Wesentliches bewusst zu wählen, zu erfahren und einzusetzen und auch jenseits der Sprache wirken lassen zu können. Es hat sich unabhängig von Zielgruppen und Anlass als nachhaltig erfolgreich erwiesen. Folgender Kerngedanke liegt dem Modell zugrunde: Um vom Gegenüber als glaubwürdig wahrgenommen zu werden, muss ich glaubwürdig sein. Das heißt ein aktives und passives JA basierend auf der Resonanz mit wesentlichen Erfahrungen und wesentlichem Sein durchdrungen haben und verkörpern.

### **Ich handle aus einem konsequenten JA heraus: Ich übernehme Verantwortung für mich und meine Entscheidungen.**

- Ich entscheide mich für eine Rolle und setze diese bestmöglich um, fülle diese bestmöglich aus.
- Ich trage die Verantwortung für meine Entscheidungen und kann für mich sorgen.
- Ich setze meine Ressourcen in meinem Sinne zielgerichtet ein, mit genau der Energie, die diese Aufgabe braucht.

### **Ich lasse dieses JA durch mich hindurch wirken: Ich bin in authentischer Resonanz mit mir und mit meinem Gegenüber.**

- Ich fühle mich wohl, bin am richtigen Ort, in der richtigen Rolle: Menschen und Arbeitsbedingungen passen zu mir.

- Ich bin in Resonanz mit mir, meinen Werten und Ressourcen, meinen Unsicherheiten und meinem Potential.
- Ich begegne anderen ohne Fassade und auf Augenhöhe.

**Ich handle aus der mir größtmöglichen Sicherheit heraus: Ich kenne die Fakten und verzichte auf Bewertung.**

- Ich kann Fakten und Interpretationen voneinander trennen.
- Ich habe genau recherchiert und mich bestmöglich vorbereitet.
- Ich kenne meine Branche, bin auf dem aktuellen Stand und mit Kollegen im Austausch.

**Ich lasse Sicherheit durch mich hindurch wirken: Ich vertraue mir.**

- Ich habe das Wesentliche im Blick, lasse los, bin offen für das Unerwartete.
- Ich vertraue im Kontakt mit dem Wesentlichen meinem kreativen Prozess.
- Ich vertraue meiner Vorbereitung und meiner Lebendigkeit.

Im Einzelcoaching und in Seminaren arbeite ich mit Vertrieblern, Selbstständigen, Wissenschaftlern, Künstlern, Führungskräften aus der Wirtschaft (bei Seminaren in Kooperation mit Führungskräften aus der Wirtschaft). Ein Wort an Führungskräfte, das auch für Andere gilt, zum Abschluss:

Um Mitarbeitern zu vertrauen, muss man sich zunächst selbst vertrauen. Um Mitarbeiter wertzuschätzen, muss man sich zunächst selbst wertschätzen. Selbstvertrauen, Sich-selbst-vertrauen, entwickelt sich durch die Erfahrung, dass es sich lohnt, sich selbst zu vertrauen. Wertschätzung, den eigenen Wert und den Wert Anderer schätzen zu können, ist nur durch eigene Erfahrung möglich, die Erfahrung nämlich, dass wir Wert haben, wertvoll sind und uns selbst wertschätzen können.

Reinhard Sprenger schreibt 2012 in seinem Buch „Radikal führen“ (S. 262): „Nur Menschen, die sich selber mögen, können andere mögen, können wirklich wirkungsvoll die Leistung anderer organisieren und fördern.“ Diesem Motto schließe ich mich mit meiner Lebens- und Berufserfahrung gern an.

## Literatur

- Adler, S. (2010). *Die Schule der Schauspielkunst - The Art of Acting 22 Lektionen*. 3. Auflage, o.O.: Hentschel
- Bachmann, T. (2015). Coaching: Schnelle Reparatur oder gründliche Reflexion?. *Wirtschaft und Weiterbildung* 4/2015. S. 44-47. Haufe Verlag
- Clurman, H. (1985). *The Fervant Years - The Group Theatre & the 30's*. 2. Auflage, New York: Da Capo
- Easty, E.D. (1981). *On Method Acting*. New York: Ivy Book Random
- Garfield, D. (1984). *The Actors Studio - A Player's Place*. New York: Collier
- Kast, B. (2007). *Wie der Bauch dem Kopf beim Denken hilft. Die Kraft der Intuition*. 3. Auflage. Frankfurt a. M.: S. Fischer.
- Lewis, R. (1958). *Method – or madness?*. New York: Samuel French Incorporated.
- Meisner, S. (1987). *On Acting*. New York: Vintage
- Petit, L. (2014). *Die Chechov Methode - Handbuch für Schauspieler*. Leipzig: Hentschel
- Sprenger, R. (2012). *Radikal führen*. Frankfurt a. M.: Campus
- Stanislavski, K.S. (1952). *My Life in Art*. New York: Theatre Arts
- Stegemann, B. (2017). Achtung, echte Menschen! *Süddeutsche Zeitung Magazin*.  
<http://www.sueddeutsche.de/kultur/essay-achtung-echte-menschen-1.3318236>. Zugegriffen: 2. Januar 2017

**Heike Hanold-Lynch** ist Schauspielerin, Coach und Dozentin. Sie studierte Schauspiel in New York, u. a. mit Sanford Meisner und arbeitet für Kino und TV in unterschiedlichsten Genres vor der Kamera. Als Schauspielcoach am Film-Set begleitete sie über 30 Kino- und Fernsehproduktionen in Deutschland. Für eine gemeinsam erarbeitete Rolle erhielt Christiane Paul als erste deutsche Schauspielerin den internationalen Emmy Award. Tätigkeit als vom artop-Institut zertifizierter Systemischer Coach mit Schauspielern, Führungskräften und Personen des öffentlichen Lebens.